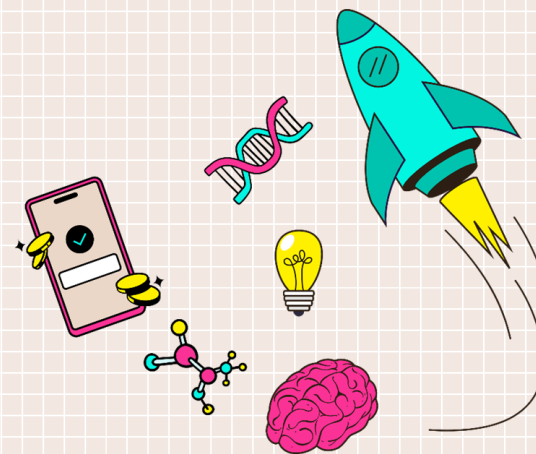


# Czuję dumę!



**Czas trwania lekcji:** 45 minut

**Grupa odbiorców:** uczniowie klas  
4, 5, 6 szkoły podstawowej

## Cel ogólny zajęć



wzmocnienie u uczniów poczucia dumy z siebie oraz dumy narodowej, poprzez rozpoznawanie własnych osiągnięć, poznawanie współczesnych przykładów polskich sukcesów oraz nazywanie emocji i wartości z nimi związanych. Również budowanie postawy sprawczości („ja też mogę”) i szacunku dla dokonań innych.

## Wiedza | Osoba uczniowska:



- rozumie pojęcie dumy i potrafi wskazać różne jej źródła – osobiste, rodzinne, narodowe, kulturowe i naukowe;
- zna przykłady współczesnych Polaków, którzy osiągnęli sukces dzięki pracy, wytrwałości i pasji;
- rozpoznaje symbole Polski tradycyjne i współczesne (np. BLIK, bioniczna trzustka, polski łazik marsjański, autobus Solaris, kapsułka endoskopowa);
- rozumie, że Polska to kraj nowoczesny i kreatywny, w którym powstają innowacje znane na całym świecie;
- potrafi podać przykłady dziedzin, w których Polacy są liderami (nauka, sport, technologia, kultura).

## Umiejętności | Osoba uczniowska:



- analizuje i interpretuje znaczenie symboli narodowych i nowoczesnych innowacji;
- identyfikuje uczucia związane z dumą – osobistą i narodową;
- pracuje zespołowo: słucha, współdziela, dzieli się pomysłami, tworzy wspólny plakat;
- rozpoznaje i opisuje osiągnięcia współczesnych Polaków,

- łącząc fakty z emocjami i wartościami;
- tworzy własne wypowiedzi pisemne i plastyczne (rysunki, podpisy, notatki) na temat tego, z czego jest dumny;
- podejmuje decyzje w grach edukacyjnych (np. bingo – wybór prawidłowych przykładów innowacji);
- argumentuje swoje zdanie w rozmowie o wartościach, np. „Dlaczego jestem dumny z Polski?”
- formułuje wnioski i potrafi odnieść temat do swojego życia („Z czego ja jestem dumny?”).

### Postawy | Osoba uczniowska:



- rozwija poczucie tożsamości narodowej oparte na faktach, a nie stereotypach;
- odczuwa szacunek i dumę z dokonań Polek i Polaków – zarówno historycznych, jak i współczesnych;
- wzmacnia poczucie własnej wartości i wiarę w swoje możliwości;
- rozumie, że każdy może mieć wpływ – duży lub mały – na świat wokół siebie;
- okazuje szacunek dla pracy innych ludzi, niezależnie od dziedziny;
- rozwija postawę ciekawości i otwartości wobec nauki, nowoczesności i współczesnych technologii.

## Formy pracy

- indywidualna – wypełnianie „pierogów dumy”, refleksja końcowa „Z dzisiejszej lekcji zabieram...”;
- w parach – rozmowy i burze mózgów („Z czym kojarzy mi się Polska?”, „Z czego jestem dumny?”);
- grupowa (3–4 osoby) – analiza postaci, wspólne określanie emocji i gestów dumy, gra bingo;
- zespołowa (klasowa) – oglądanie filmu edukacyjnego, prezentacja wyników pracy, wspólna refleksja;
- ruchowa i ekspresyjna – gesty dumy, praca przy tablicy, zabawy typu „Kim jestem?”.

## Metody pracy

- rozmowa kierowana – wprowadzenie pojęć „duma”, „symbol”,

„osiągnięcie”;

- metoda oglądowa – praca z filmem edukacyjnym, zdjęciami i kartami innowacji;
- burza mózgów – generowanie pomysłów dotyczących symboli i powodów do dumy;
- metody aktywizujące: gra planszowa, bingo edukacyjne, „Kim jestem?”, „Pokaż to”;
- metoda ekspresji i refleksji – tworzenie indywidualnych kart „czterech pierogów dumy”;
- metoda problemowa – analiza i rozpoznawanie współczesnych wynalazków;
- metoda integracyjna – wspólne tworzenie plakatu i runda refleksyjna z przekazywaniem przedmiotu („piłka w kolorach flagi”).

## Środki dydaktyczne

- zdjęcie pawia (plansza, slajd lub wydruk);
- film edukacyjny o osiągnięciach Polaków;
- ilustracje lub wydruki współczesnych symboli Polski;
- karta pracy „Cztery pierogi dumy” – z czterema kategoriami: moja rodzina, moje rzeczy, mój talent, Polska;
- karty bingo z ilustracjami (12 pól, 6 prawidłowych współczesnych innowacji i 6 zmyłek);
- maskotka / piłka w barwach narodowych – do rundy refleksyjnej;
- materiały plastyczne – kredki, flamastry, kartki A4/A3, klej;
- tablica lub flipchart do zbiorczego plakatu „Nasze powody do dumy”;
- sprzęt multimedialny – komputer, rzutnik lub tablica interaktywna.

## Przebieg lekcji

### FAZA PRZYGOTOWAWCZA – WSTĘP

Ok. 5 minut

Nauczyciel pokazuje uczniom zdjęcie pawia z rozłożonym ogonem (**Załącznik nr 1**) i naprowadza uczniów na odkrycie znaczenia zaprezentowanego zdjęcia – **dumny jak paw**.

Przykładowa narracja: Co widzicie na zdjęciu? Jakie zwierzę znajduje się

na zdjęciu? Jaki jest ten paw? (piękny, kolorowy, dumny, ciekawy) Co

*sprawia, że paw jest tak piękny? (kolorowy ogon) A kiedy pawie prezentują swoje ogony? (aby zainteresować samice, aby zdominować rywali pokazując innym samcom, że paw jest zdrowy i silny) A czy znacie jakieś zwroty o pawiach? (Dumny jak...)*

Nauczyciel prosi uczniów, aby w parach dokończyli zdanie: „Jestem dumna/y jak paw, gdy...”. Chętni uczniowie prezentują swoje pomysły na forum klasy.

## FAZA REALIZACYJNA

Ok. 35 minut

### 1. **Prezentacja materiału – mamy wiele powodów do dumy (ok. 10 min)**

Nauczyciel wyświetla dzieciom film edukacyjny na temat osiągnięć Polaków w różnych dziedzinach życia. Film prezentuje osoby, które spełniły swoje marzenia.

[Link do filmu](#)

Uczniowie wspólnie bądź w parach czy grupach decydują, jakie uczucia towarzyszą tym osiągnięciom.

### 2. **Praca indywidualna – jestem z siebie dumna/ dumny (ok. 10 min)**

Nauczyciel prezentuje uczniom rysunek 4 pierogów, na których znajdują się 4 kategorie (**Załącznik nr 2**).

Przykładowa narracja dla nauczyciela: Czas, abyście zastanowili się, z czego to wy jesteście w swoim życiu dumni. Mam dla każdego z was rysunek 4 pierogów. Dlaczego akurat pierogi? Ponieważ są polskim symbolem i poleciały w kosmos, co jest dowodem na to, że każdy z nas może sięgać gwiazd. Zastanówcie się, z czego wy w swoim życiu jesteście dumni. Na ilustracjach mamy cztery kategorie – mój talent, moja cecha charakteru, moja rzecz, mój kraj. Zastanówcie się, co sprawia, że jesteście z siebie dumni, z kogo jeszcze jesteście dumni?

*Dam wam swój przykład... (...) Teraz czas na was. Zastanówcie się nad swoimi odpowiedziami.*

Uczniowie uzupełniają wydrukowane pierogi. Udzielają odpowiedzi w





czterech kategoriach. Chętni uczniowie prezentują swoje prace.

Nauczyciel może przykleić wszystkie pierogi na jeden wspólny plakat dumy.

### 3. **Wprowadzenie do drugiej części tematu – poprzez dumę własną do dumy narodowej (ok. 7 min)**

Nauczyciel prosi dzieci, aby w parach zastanowiły się, z czym kojarzy im się Polska. Jakie są jej symbole? Uczniowie dzielą się swoimi pomysłami.

Nauczyciel podkreśla, że Polska to nie tylko piękna tradycja, ale też nowoczesny, dynamicznie rozwijający się kraj, w którym powstają wynalazki, technologie i marki znane na całym świecie. Można zaprezentować uczniom ilustracje współczesnych innowacji (**Folder Karty Polskich Innowacji**).

Przykładowa narracja nauczyciela: *Wiecie, że możemy być dumni z*

#### **FAZA PODSUMOWUJĄCA**

**Ok. 5 minut**

Uczniowie siedzą na dywanie bądź w ławkach, a nauczyciel prosi chętnych uczniów o podzielenie się swoją opinią o zajęciach.

Nauczyciel trzymając w ręku maskotkę/piłkę/ jakikolwiek inny przedmiot, mówi zdanie zaczynające się od „Z dzisiejszych zajęć zabieram ze sobą ....” i prosi aby każdy z uczniów dokończył je również.

Nauczyciel mówi kolejne zdania i podaje przedmiot uczniowi obok, który wypowiada swoje zdanie i podaje ten przedmiot kolejnemu uczniowi do dokończenia zdania.

Przykładowa interakcja: *Popatrzcie, to gumowa piłka w kolorach polskiej flagi. Chciałabym/Chciałbym, aby każdy z was zastanowił się nad tym, z czego jest dumny i dokończył zdanie „Z dzisiejszej lekcji zabieram...”. Ja zacznę.... X, teraz piłka trafia do ciebie, czas abyś powiedział/a co ty zabierasz z dzisiejszej lekcji..*

**Uwagi do scenariusza dla nauczyciela**

Scenariusz wpisuje się w ramy podstawy programowej z zakresu edukacji społecznej, polonistycznej, plastycznej.

## Propozycje dostosowań

### Bariery i możliwe trudności

#### Wstęp – karta z pawiem

**Cel:** bezpieczne uruchomienie rozmowy o emocjach.

- Paruj uczniów mieszając śmiałych z nieśmiałymi.
- Uczniowie z trudnościami komunikacyjnymi:
  - mogą dokończyć zdanie w zeszycie lub na karteczce zamiast głosu na forum.
- Uczniowie ruchliwi:
  - pokazują gest „dumnego pawia” zamiast wypowiedzi ustnej.

#### Film i rozmowa o osiągnięciach Polaków

##### **Wskazówki:**

Przed filmem zapisz na tablicy **3 pytania-klucze:**

- „Co ta osoba osiągnęła?”
- „Jakie cechy jej pomogły?”
- „Jakie uczucia to we mnie budzi?”

Po seansie:

- najpierw rozmowa w parach, dopiero potem na forum.

Dla uczniów SPE:

- podpowiedzi wyboru: odwaga – praca – pomoc – pasja – ćwiczenia – wytrwałość (wybór jednej odpowiedzi).

#### „Pierogi dumy” – praca indywidualna

##### **Dostosowanie:**

Dzieci z trudnościami w pisaniu:

- mogą rysować symbole lub odpowiadać hasłowo.

Dzieci nieśmiałe: nauczyciel udziela podpowiedzi pytaniami:

- „Co umiesz robić dobrze/najlepiej?”
- „Za co w domu chwalą Cię rodzice lub rodzeństwo?”

### **Organizacja:**

- Wszystkie prace połącz w klasowy „Plakat dumy” – każde dziecko wnosi swój element.

### **Od dumy osobistej do dumy narodowej.**

#### **Wskazówki:**

- Skojarzenia z Polską zapisuj na tablicy w dwóch kolumnach: **Tradycja / Nowoczesność.**

Uczniowie z trudnościami:

- wybierają ilustracje zamiast tworzyć własne propozycje.

Aktywni ruchowo:

- przypinają obrazki lub zapisują hasła na tablicy.

### **GRA BINGO**

#### **Dostosowanie:**

Przed startem:

- wspólnie nazwij wszystkie ilustracje.

Uczniowie z wolniejszym tempem pracy:

- pracują w parach z jednym arkuszem.

### **Podsumowanie – runda refleksyjna**

#### **Formy wypowiedzi do wyboru:**

- ustna,
- zapis jednego zdania lub słowa w zeszycie,
- pokazanie gestu/emotikony.

#### **Wsparcie:**

- brak obowiązku wypowiedzi publicznej – każdy może wybrać formę,
- nauczyciel modeluje zdanie przykładem.

## Wskazówki ogólne

- Podziel klasę na **małe zespoły** – sprzyja bezpieczeństwu wypowiedzi.
- Stosuj **krótkie, jasne instrukcje** + wizualne przykłady.

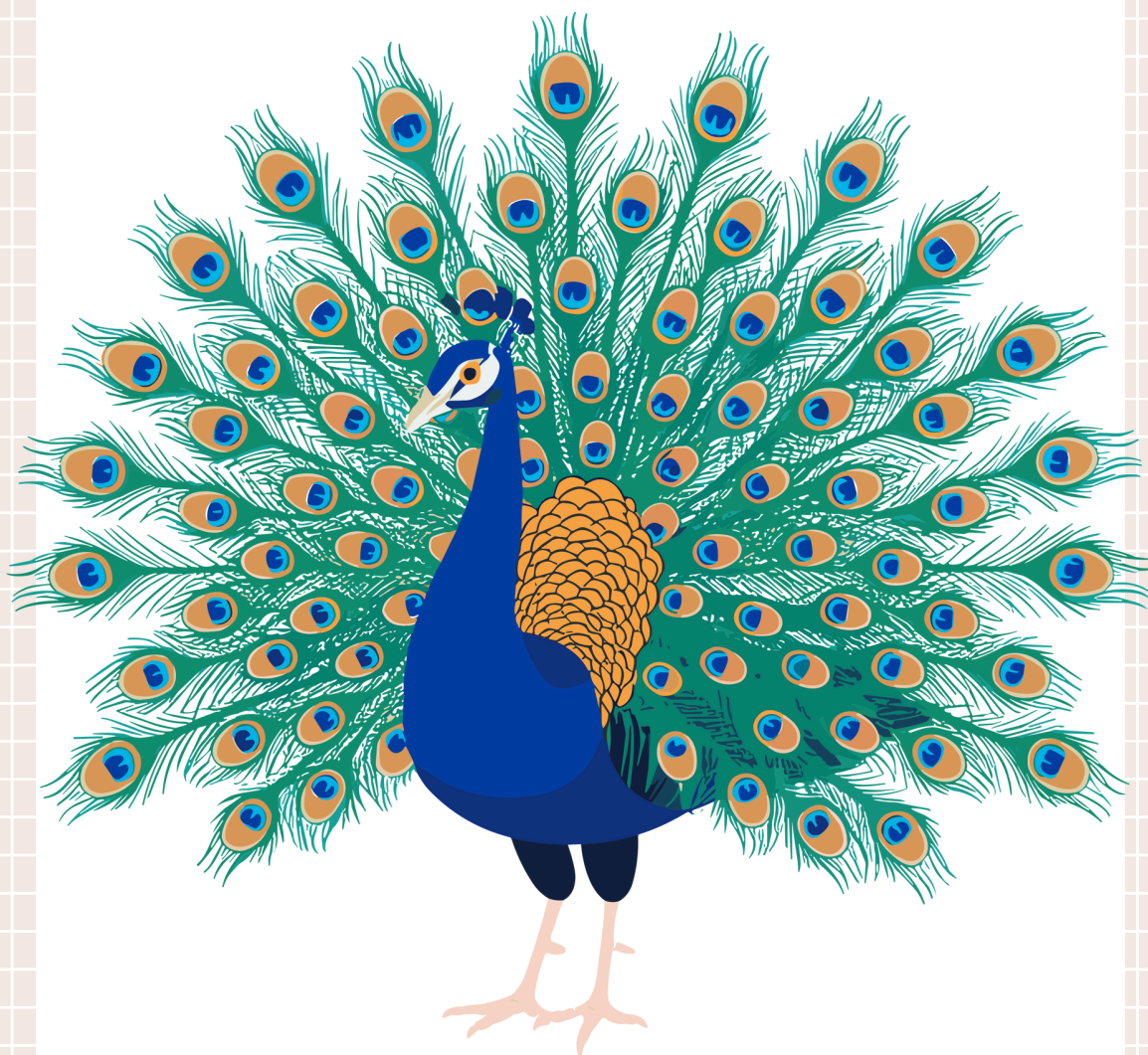
Zawsze wzmacniaj:

- wysiłek („Dobrze, że próbowałeś”),
- współpracę,
- dzielenie się pomysłami.

Daj uczniom możliwość:

- rysowania zamiast pisania,
- gestu zamiast wypowiedzi,
- rozmowy w parach zamiast na forum.

# DUMNY JAK PAW



## Załącznik nr 2 – pierogi dumy

### PIEROGI DUMY

MOJE RZECZY

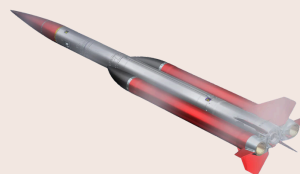
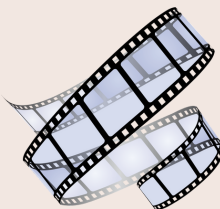
MOJA CECHA CHARAKTERU

MÓJ TALENT

MÓJ KRAJ

## Załącznik nr 3 – gra w bingo

# BINGO!





## Bibliografia

Bera, Aga. Jak spełniać marzenia? Wystarczy 5 kroków. Dostęp: 07.09.2025.\_  
<https://agabera.com/jak-spelniac-marzenia-wystarczy-5-krokow/>

Wikipedia. Axiom Mission 4. Dostęp: 07.09.2025.\_  
[https://en.wikipedia.org/wiki/Axiom\\_Mission\\_4](https://en.wikipedia.org/wiki/Axiom_Mission_4)

MedTech Polska. Dr Marta Klak i bioniczna trzustka: przyszłość diabetologii. Dostęp: 07.09.2025.  
<https://medtechpolska.pl/artykuly/marta-klak-bioniczna-trzustka>

ESA. Astronauta projektowy ESA Sławosz Uznański-Wiśniewski wraca z pierwszej polskiej misji na Międzynarodową Stację Kosmiczną. Dostęp: 07.09.2025.  
[https://www.esa.int/Newsroom/Press\\_Releases/Astronauta\\_projektowy\\_ESA\\_Slawosz\\_Uznanski-Wisniewski\\_wraca\\_z\\_pierwszej\\_polskiej\\_misji\\_na\\_Miedzynarodowa\\_Stacje\\_Kosmiczna](https://www.esa.int/Newsroom/Press_Releases/Astronauta_projektowy_ESA_Slawosz_Uznanski-Wisniewski_wraca_z_pierwszej_polskiej_misji_na_Miedzynarodowa_Stacje_Kosmiczna)

Kobieta.pl. Najmłodsza Polka na Dachy Świata. 19-lletnia Zoja Skubis z Krakowa zdobyła Mount Everest. Dostęp: 07.09.2025. <https://kobieta.pl>

Narodowe Centrum Nauki. Badania w kosmosie z udziałem Polaka. Dostęp: 07.09.2025.  
<https://www.ncn.gov.pl/aktualnosci/2025-06-26-badania-w-kosmosie-z-udzialem-polaka>

Wikipedia. Olga Tokarczuk – biografia i twórczość. Dostęp: 09.09.2025.\_  
[https://pl.wikipedia.org/wiki/Olga\\_Tokarczuk](https://pl.wikipedia.org/wiki/Olga_Tokarczuk)

Lubimyczytać.pl. Olga Tokarczuk – książki i biografia. Dostęp: 09.09.2025.\_  
<https://lubimyczytac.pl/autor/95/olga-tokarczuk>

Onet Kultura. Olga Tokarczuk – literatura i nagrody. Dostęp: 09.09.2025.\_  
<https://kultura.onet.pl/wiadomosci/olga-tokarczuk>

NobelPrize.org. Olga Tokarczuk – Nagroda Nobla w dziedzinie literatury 2019. Dostęp: 09.09.2025.  
<https://www.nobelprize.org/prizes/literature/2018/tokarczuk/facts/>

Culture.pl. Olga Tokarczuk – wywiad i informacje o pisarce. Dostęp: 09.09.2025.\_  
<https://culture.pl/pl/tworca/olga-tokarczuk>

PAP. Naukowcy tworzą bioniczną trzustkę – wywiad z dr Martą Klak. Dostęp: 07.09.2025.\_  
<https://pap.pl/naukowcy-bioniczna-trzustka-marta-klak>

Polska Akademia Nauk. Innowacje w medycynie: bioniczna trzustka. Dostęp: 07.09.2025.\_  
<https://pan.pl/innowacje-medycyna-bioniczna-trzustka>

Polskie Radio. Polish teen climber summits Mount Everest. Dostęp: 07.09.2025.  
<https://polskieradio.pl>

Uniwersytet Medyczny w Warszawie. Dr Marta Klak – badania nad bioniczną trzustką. Dostęp: 07.09.2025.  
<https://umed.waw.pl/marta-klak-badania-bioniczna-trzustka>

Wikipedia. Iga Świątek. Dostęp: 07.09.2025. [https://pl.wikipedia.org/wiki/Iga\\_Świątek](https://pl.wikipedia.org/wiki/Iga_Świątek)

Wikipedia. InPost. Dostęp: 07.09.2025. <https://pl.wikipedia.org/wiki/InPost>

Wikipedia. Rafał Brzoska. Dostęp: 07.09.2025. [https://pl.wikipedia.org/wiki/Rafał\\_Brzoska](https://pl.wikipedia.org/wiki/Rafał_Brzoska)

Wikipedia. Sławosz Uznański-Wiśniewski. Dostęp:  
07.09.2025. [https://en.wikipedia.org/wiki/S%C5%82awosz\\_Uzna%C5%84ski-Wi%C5%9Bniewski](https://en.wikipedia.org/wiki/S%C5%82awosz_Uzna%C5%84ski-Wi%C5%9Bniewski)